

Bahnhofstrasse 110
CH - 8001 Zürich

Telefon: 044 225 41 41
Telefax: 044 225 41 42
www.hautzone.ch



Akne

Akne ist der Ausdruck für eine Hauterkrankung mit verstopften Poren (offene oder geschlossene Mitesser (im englischen Sprachgebrauch als blackheads and whiteheads bezeichnet), Papeln oder Pusteln und teils tiefere knotige Veränderungen welche vorwiegend im Gesicht, Nacken, Brust, Rücken, Schultern oder an den Oberarmen auftreten können. Akne betrifft die meisten Teenager in einer gewissen Ausdehnung. Akne ist allerdings nicht nur auf die Altersgruppe der Teenager beschränkt. Erwachsene Personen zwischen 20 und bis gegen 45/50 – jährig können Akne bekommen, dann allerdings in meistens einer milderer Form (Akne der reifen Haut). Obwohl die Akne nach Jahren selbstlimitierend ist, macht es Sinn, die Akne zu behandeln um einer Narbenbildung vorzubeugen.

Akne kann zu lebenslangen Narben führen

Obwohl es sich bei der Akne nicht um eine lebensgefährliche Veränderung handelt, ist Akne unter Umständen nachhaltig störend und kann den Aknepatienten als Ganzes in seinem Leben massiv beeinträchtigen. So kann eine schwere Akne zu ausgeprägter Narbenbildung sowohl physisch wie natürlich auch psychisch führen.

Wie kommt es zu Akne

Während der Pubertät verändern sich die Hormonspiegel. Insbesondere gibt es eine konditionelle Zunahme von Androgenen welche zu einer Vergrößerung der Talgdrüsen führt. Diese Talgdrüsen sind vor allem in den Bereichen wo die Akne auftritt vermehrt angelegt. Da die Androgene als Hormone beim männlichen wie beim weiblichen Geschlecht vorkommen, sind auch beide Geschlechter betroffen. Die Talgzysten haben immer einen zugeordneten Haarfollikel. Die Talgdrüse produziert eine ölige Substanz welche Talg (Sebum) genannt wird. Meistens entleert sich dieser Talg durch die Haarfollikelöffnung an die Oberfläche. Eine vermehrte Talgproduktion kann zu einer Verhornungsstörung des Talgausführungsganges führen. Die Talgmassen können zusammen mit den vermehrt gebildeten Zellen des Haarfollikelausganges zu einer Verstopfung des Ausführungsganges führen. In diesem zapfenartigen Mitessergebilde können sich sehr leicht hautortständige Bakterien niederlassen und ein Wachstum zeigen. Diese Bakterien produzieren chemische Stoffe welche dazu führen können, dass die Follikelwand aufgelöst wird. In diesem Zeitpunkt führen die Mischung von abgestossenen Hornmassen, Talg- und Bakterien zu einer Entzündung mit Rötung Schwellung und Eiterbildung.

Reinigung:

Akne ist nicht durch Schmutz verursacht. Die Schwarzfärbung des offenen Komedonen hat nicht mit Schmutz zu tun, sondern ist ein normaler Oxidationsvorgang des Talgtropfens welcher mit der offenen Atmosphäre in Kontakt kommt. Zur normalen Hautgesichtspflege genügt das Waschen des Gesichtes mit Seife. Wenn zuviel gewaschen wird, kann eine Akne sogar verschlechtert werden. Reguläre Shampooierung der Haare ist ebenfalls empfohlen. Wenn das Haar sehr fettig ist, kann das Haar auch täglich gewaschen werden. Es gibt verschiedene dermatologische Pflege – und Waschprodukte welche empfohlen werden können. Männern mit Akne im Bartbereich ist zu empfehlen sowohl eine Nass – wie auch eine Trockenrasur auszuprobieren. Es gibt keine gültige Regel, welches Rasieren im Prinzip besser ist. Um eine weitergehende Pustelbildung und eingewachsene Haare zu vermeiden soll die Rasur nie gegen die Haarwuchsrichtung geführt werden und ein häufiger Wechsel der Rasierklingen ist zu empfehlen.

Diät

Akne ist entsprechend den grossen Lehrbüchern der Dermatologie nicht durch eine Nahrungsmittelaufnahme beeinflussbar. Die tägliche Praxis zeigt aber immer wieder einen gewissen Zusammenhang mit scharfem, fettigem und süsssem Essen. So kann auch die Einnahme von Kosumgiften (Alkohol, Nikotin) und natürlich Stress eine Verschlechterung der Akne nach sich ziehen. Eine eigentliche Aknediät ist nicht zwingend notwendig. Hat dann der Patient jedoch den Eindruck, dass gewisse Nahrungsmittel die Akne verschlechtern, so ist auf diese Nahrungsmittel zu verzichten.

Sonneneinstrahlung kann eine Akne grundsätzlich verbessern. Dabei ist allerdings von einem übermässigen Sonnengenuss zu warnen da die Sonne ihrerseits wieder neben der, Hautalterung, Hautkrebs..... Gelartige Sonnenblocker.

Kosmetika

Wenn Sie einen flüssigen Fond de Teint oder eine Feuchtigkeitscrème verwenden, ist darauf zu achten, dass diese Produkte möglichst Oelfrei und nicht nur Wachs basiert sind. Es ist Produkten den Vorzug zu geben, welche nicht Komedogen sind oder nicht aknegen. Die Kosmetika sind jeden Abend mit Seife und Wasser zu entfernen. Frisch aufgetragene Aknelotion kann kleine Närbchen problemlos und sicher verstecken. Ebenso können lose Pudermixturen auf einer Oelfreien Basis als Make up verwendet werden. Schützen Sie ihr Gesicht, wenn Sie Haarsprays und Haargels verwenden. Sollten die Spray??? in Kontakt mit der Gesichtshaut kommen, so ist es möglich eine Kosmetika bedingte Akne auszulösen.

Behandlung:

Die Behandlung der Akne ist ein fortlaufender Prozess. Alle Aknebehandlungen laufen darauf hinaus einer neuen Stelle von Akne vorzubeugen. Existierende Akneveränderungen müssen zuerst ausheilen, deshalb braucht eine Verbesserung der Aknesituation Zeit. Wenn eine Akne unter einem Akneregime innerhalb von 6 – 8 Wochen keine Verbesserung zeigt, so ist diese Behandlung anzupassen. Bezüglich den empfohlenen Behandlungen erreicht der Bogen von lokal aufgetragenen Substanzen über innerlich genommene Medikamente bis zu Roaccutantherapie (Vitamin – A). Eine Therapie hat tatsächlich zwei Ausrichtungen oder drei Ausrichtungen, einerseits die Reinigung andererseits die Reduktion der Bakterienbesiedelung (Antibiose) und drittens die Sebostase (Austrocknung der Haut). Diese Ziele könne sowohl äusserlich wie innerlich erreicht werden. Jeder Hautarzt hat seine eigenen Behandlungsschemas und wird Sie über die korrekte Anwendung der jeweiligen Produkte aufklären. Als lokale Behandlung kommen Antiseptische Waschgels, Toniclotionen sowie Antibiotische Crèmes und verschiedene austrocknende Substanzen zur Anwendung. Dazu gehören neben den Vitamin – A – Produkten (Tasmaderm, Differin – Gel, Roaccutan – Gel) auch Benzylperoxid. Diese haben aber als Seiteneffekt einen bleichenden Effekt auf Textilien. Daneben sind antibiotische Lösungen und Gels in Behandlung. Bezüglich der Therapie muss das Reizpotential der entsprechenden lokalen Substanzen aufeinander abgespröchen werden. Bei einer rebellischen, vernarbenden oder mikrozystischen Akne sind die besten Erfolge in einer inneren Therapie sei es nun antibiotisch oder vor allem mittels Vitamin – A zu erzielen. Die Roaccutantherapie ist sicherlich derzeit das wirksamste Mittel, welches auf dem Markt ist. Als Seiteneffekte der Antibiose können vor allem bei Frauen Vaginalpilze vermehrt auftreten. Dieser Seiteneffekt kann auch wegen der zunehmenden Schleimhautrockenheit bei Roaccutan auftreten. Roaccutan ist bezüglich des Nebenwirkungsprofiles sehr gut, obwohl theoretisch sehr viele Nebenwirkungen möglich sind, sind Therapieabbrüche wegen Nebenwirkungen unter 1% und somit äussert selten. Eine regelmässige Blutkontrolle ist vonnöten. Ebenso müssen die Frauen strikt eine genügende Antikonception (Antibabypille, Spirale oder Unterbindung) durchführen, da Roaccutan zwingend eine Schwangerschaft ausschliesst. Eine Schwangerschaft sollte ebenfalls unter Minocyclin ausgeschlossen sein. Eine Aknetherapie mit Roaccutan geht mindestens vier Monate, sollte aber in der Regel 7 – 10 Monate durchgezogen werden. Längste Therapie sind entsprechend dem Körpergewicht und der Tagesdosis bis 2 ½ Jahre möglich.